



## Fleisch – mehr Lust als Frust

Fleisch und Fleischwaren in der Ernährung

<b>Ziel</b>	Kennenlernen der Besonderheiten des Lebensmittels Fleisch
<b>Dauer</b>	90 Minuten
<b>Inhalt</b>	Tierische Lebensmittel sind hervorragende Eiweißlieferanten und eine gute Quelle für wichtige Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Der Bedarf an Fleisch und Wurstwaren wird jedoch häufig überschätzt. Wichtiger als die Menge ist die Qualität.
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bedeutung von tierischen Lebensmitteln für unsere Ernährung</li><li>• Qualität von Fleisch und Fleischwaren</li><li>• Fettgehalt und Fettzusammensetzung</li><li>• Wurstwaren</li><li>• Tiefkühlware</li><li>• Hygiene und mögliche Gesundheitsrisiken</li></ul>
<b>Zielgruppe</b>	Erwachsene
<b>Durchführung</b>	Vortrag & Gespräch
<b>Voraussetzung</b>	keine
<b>Teilnehmerzahl</b>	mindestens 7

Dieses Angebot wurde unter [www.eb-gs.de/display-angebot/87](http://www.eb-gs.de/display-angebot/87) gefunden.  
Erstellt am 27.1.2026